

Os **animais domésticos** também merecerem um cuidados especial:



Os cães e gatos devem usar coleiras ou produtos repelentes.



Ao chegar a casa, inspecionar o animal para detetar alguma carraça fixa (ex. orelhas, espaço entre os dedos) e remove-las atempadamente.

COMO REMOVER ?

Uma remoção atempada é tão importante como fazê-lo **corretamente**.



Prender a carraça com uma pinça ou com o polegar e o indicador utilizando algodão, papel ou luvas, para evitar o contacto direto com a pele.



Rodar suavemente a carraça junto do local de inserção, **NUNCA** na parte mole do corpo de carraça, e puxar para que esta se solte.



Desinfetar o local da picada (álcool) e se registar alterações no seu estado de saúde (ver sinais e sintomas) deve consultar o seu médico.



Se as peças bucais permanecerem na pele, remova-as com uma pinça ou recorra a um profissional de saúde.



A carraça extraída deve ser colocada num recipiente disponível e enviada viva, o mais rápido possível para análise (no seu Centro de Saúde).



É **MUITO IMPORTANTE** lavar bem as mãos após a remoção e manipulação das carraças.

NUNCA utilizar técnicas tradicionais de extração, tais como:



Envolver a carraça com uma substância gordurosa (ex. azeite ou vaselina).

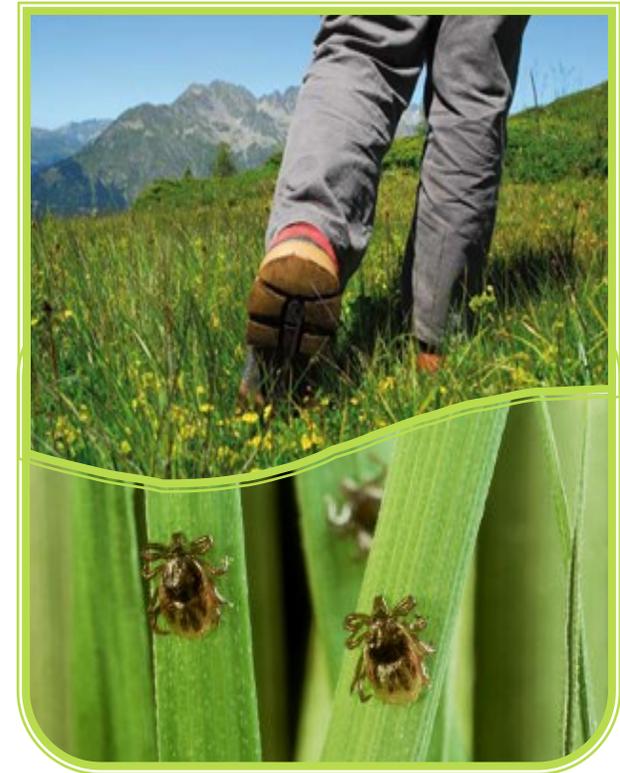


Aproximar uma fonte de calor (ex. ponta de um cigarro ou fosforo)



Perfurar a carraça (ex. agulha, faca)

► CARRAÇAS... UM PERIGO PARA A SAÚDE ?



Realizado por:
Dora Pé-Leve (Aluna do 4.º Ano do curso de Enfermagem na Escola Superior de Enfermagem São João de Deus).



Em colaboração com:
Enf.ª Lurdes Baia; Enf.ª Sandra Meireles, Enf.ª Sara Martins (Enfermeiras na Unidade de Cuidados na Comunidade de Arraiolos).

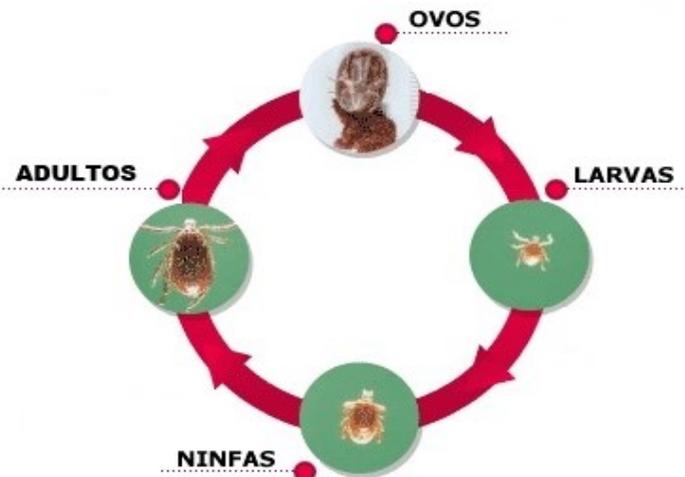


Validado por:
Unidade de Saúde Pública do ACES do Alentejo Central

CARRAÇAS

As carraças são parasitas externos que necessitam de um hospedeiro para sobreviver e reproduzir-se. Dependendo do tipo de estágio de vida da carraça, esta alimenta-se do sangue dos vertebrados (como por ex. seres humanos, cães, aves e répteis).

O ciclo de vida das carraças compreende 4 fases:



As carraças estão ativas durante todo o ano, porém a sua atividade aumenta desde o início da primavera ao fim do outono.

As carraças podem transmitir infecções de um hospedeiro para outro, constituindo assim um perigo para os animais domésticos e para a saúde pública!



A carraça infetada, ao picar pode ser responsável pela transmissão de doenças como a Doença de Lyme e a **Febre escaro-nodular**, normalmente designadas de

"Febre da Carraça", que em situações muito graves poderão levar à morte.

PICADA

A presença da carraça nem sempre é detetada pelo Homem, uma vez que a picada e a ingestão de sangue é geralmente um processo indolor e/ou porque a mesma apresenta uma reduzida dimensão, podendo ser confundida com um sinal cutâneo.

Ao ser picado poderá desenvolver:

- Infeção cutânea no local da picada;
- Reações alérgicas;
- **Doenças causadas por agentes infecciosos.**



SINAIS E SINTOMAS

Manifestam-se inicialmente com uma lesão primária resultante da picada da carraça seguidos, ao fim de 3 a 7 dias, de febre, perda de apetite, dores de cabeça (cefaleias) e musculares (mialgias), gânglios linfáticos aumentados e lesões na pele (exantemas).



- Indivíduos que contactam com animais;
- Trabalhadores rurais (agricultores, caçadores e guardas florestais);
- Indivíduos que participem em atividades lúdicas ao ar livre (desportistas, campistas).

PROTEJA-SE !

A prevenção é a melhor forma de nos protegermos das carraças. Regras básicas de proteção, que devemos seguir para evitar o seu contacto quando são realizadas atividades ao ar livre:



Reduzir a área de pele exposta (vestuário de mangas compridas, calças compridas, meias por fora das calças e sapatos fechados).



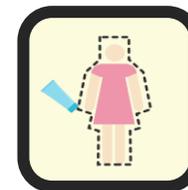
Usar vestuário de cor clara para detetar facilmente alguma carraça presa à roupa.



Ao regressar a casa, inspecionar cuidadosamente o corpo (ex. debaixo dos braços, orelhas, dentro do umbigo) para identificar alguma carraça fixa.



Caso seja detetada alguma carraça deverá ser removida de imediato (ver técnica de remoção).



Usar um repelente com Dietiltolamina (DEET). Aplicar nas crianças evitando as mãos, olhos e boca.



Evite zonas arborizadas e densas, com relva alta e manta morta. Caminhe no centro de trilhos.